



PINOFIT®-Band taśma do ćwiczeń i rehabilitacji 2 m zielona

Opis produktu:

Oryginalny produkt naturalny, wykonany z czystego lateksu. Zapewnia przeprowadzenie profesjonalnego treningu z progresywnym oporem.

Zdjęcia produktu:

Szczegółowy opis produktu:

PINOFIT®-Band® taśma 2 m zielona jest oryginalnym produktem naturalnym, wykonanym z czystego lateksu. Stanowi tanią alternatywę dla konwencjonalnych przyborów terapeutycznych. Odpowiedni dla osób w każdym wieku, o różnym stopniu sprawności fizycznej. Zapewnia przeprowadzenie profesjonalnego treningu z progresywnym oporem.

W zależności od oporu ćwiczący ma do wyboru taśmę określonego koloru:

- Żółty - Opór słaby.
- Czerwony - Opór średni.
- Zielony - Opór mocny.
- Niebieski - Opór bardzo mocny.

Zalety taśmy PINOFIT®-Band®:

- naturalny produkt z czystego lateksu,
- przyczynia się do polepszenia sprawności,
- tania, łatwa w użyciu, do wielostronnego wykorzystania, lekka i elastyczna,
- do zastosowania: w domu, przychodni, pracy, podróży itp.,
- do nabycia w różnym stopniach oporu,
- produkowana od 18 lat w USA, gdzie podlega stałej kontroli,
- nie ulega większemu zniszczeniu, nawet po wielokrotnym użyciu,
- oznaczona znakiem towarowym.

Wskazówki:

- nigdy nie zapominamy o rozgrzewce,

- stopniowo powiększamy zakres treningu,
- zwiększamy obciążenie nie obciążając organizmu,
- dążymy do regularnego, codziennego treningu,
- w czasie ćwiczeń oddychamy spokojnie i równomiernie, unikając wstrzymywania powietrza,
- taśmę chwytną i mocujemy w taki sposób aby nie wysunęła się podczas ćwiczeń (wykorzystujemy szerokość taśmy, aby nie dochodziło do ucisku i ograniczenia dopływu krwi),
- opór - kolor taśmy dobieramy tak, aby początkujący mogli bez problemu wykonać ćwiczenie 8 - 12 razy, a zaawansowani 12 - 26. Gdy ten pułap zostanie osiągnięty rozpoczynamy trening z taśmą o większym oporze,
- ćwiczenia wykonujemy starannie zważając na prawidłową postawę,
- ćwiczenia przeprowadzamy dla obydwu stron.

W wielu dziedzinach medycyny taśma PINOFIT®-Band® wykorzystywana jest z powodzeniem już od wielu lat. Znajduje ona zastosowanie przede wszystkim w rehabilitacji na oddziałach ortopedycznych gdzie używana jest w ćwiczeniach oporowych do odbudowy funkcji mięśni i stawów. Ciągłe zwiększa się zakres stosowania taśmy PINOFIT®-Band® w ortopedii, medycynie sportowej, neurologii, geriatric, pediatrii oraz domowej opiece medycznej. Dla wielu grup sportowych taśma PINOFIT®-Band® pozostaje podstawowym przyborem do ćwiczeń. Zastosowanie jej jest niezbędne, a zarazem skuteczne zarówno w rehabilitacji jak i w działaniu prewencyjnym. Regularny z zarazem prosty trening z PINOFIT®-Band® pociąga za sobą wymieralne efekty w postaci przyrostu siły mięśniowej i wytrzymałości.

Siła ciągu taśm:

Rozciągnięta długość w cm (początkowa długość 30 cm)	Ciąg w kg			
	Żółta	Czerwona	Zielona	Niebieska
50	1,02	1,58	1,93	2,83
70	1,35	2,49	2,73	4,08
80	1,58	2,95	3,18	4,64
90	1,81	3,40	3,62	5,45

Informacje:

Kategoria: Treningi dłoni
 Rodzaj: guma oporowa
 Kolor: odcienie zieleni
 Opór: 3. ciężki

Model: